

## Mussomeli, benessere Incontro con Caterina Forte

MUSSOMELI. (\*gita\*) Come conoscere il proprio corpo, utilizzarlo nella maniera migliore per evitare ogni disturbo fisico? A darne una risposta sarà domani Caterina Forte, esperta del metodo Feldenkrais, la pratica di benessere per il corpo umano. Domani a partire dalle 11, alla palestra Olympia Gym di contrada Bosco, l'esperta che lavora tra Palermo e Roma curerà un seminario pratico sul metodo incentrato sui benefici della respirazione e sulla gabbia toracica. A curare l'organizzazione del seminario Vincenzo Bortolotto, già protagonista di due iniziative. Per chi fosse interessato basta contattare il 3299652504 oppure il 3893815245.